

**НИЖЕГОРОДСКИЙ ИНСТИТУТ МЕНЕДЖМЕНТА И БИЗНЕСА  
КАФЕДРА СОЦИАЛЬНОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПЕДАГОГИКИ**

**ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ  
ЧАСТЬ 3**

**Эмоции. Воля. Психические состояния**

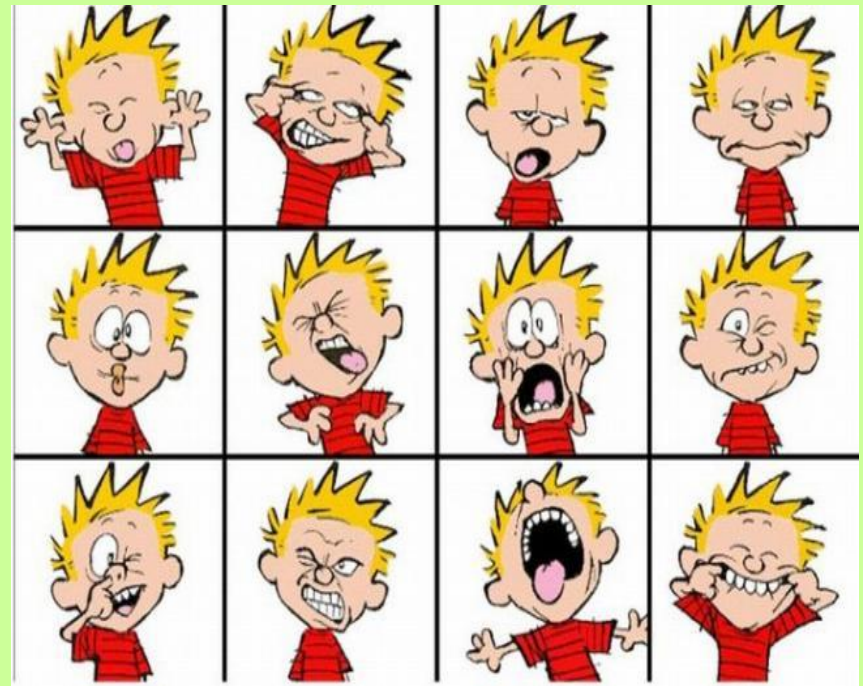
**Презентация подготовлена  
к.психол.н., ст.преподавателем  
кафедры социальной психологии  
и педагогики Т.Н.Павлычевой**

**Нижний Новгород  
2013**

# ЭМОЦИИ

Переживаемые в различной форме внутренние отношения человека к предметам и явлениям объективной действительности, к тому, что происходит в его жизни, что он познает и делает.

Они всегда субъективны, зависят от индивидуальности человека, но возникают в ответ на реальные воздействия объективного мира.



# ЭМОЦИИ И ЧУВСТВА

точки зрения на соотношение понятий

1. Отождествление понятий. Использование как синонимов.
2. Чувства – высшие социальные эмоции, в то время как эмоции – простейшее отражение состояния, связанное с удовлетворением / неудовлетворением потребностей
3. Эмоции – одна из форм проявления чувств.
4. (К.К.Платонов) Эмоции и чувства – разные формы психического отражения: эмоции отражают объективные отношения внешнего мира к организму(биологические потребности), а чувства – отражение объективных отношений внешнего мира к нуждам личности (социальным потребностям).

# ФУНКЦИИ ЭМОЦИЙ

1. Отражательная (сигнальная)

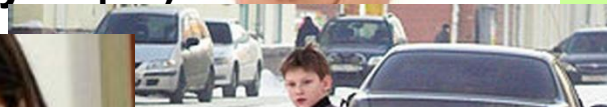
2. Регулирующая (побудительная, стимулирующая)

3. Приспособительная

4. Подкрепляющая

5. Коммуникативная

6. Воздействие на окружающих



# ВЫРАЖЕНИЕ ЧУВСТВ ПРОИСХОДИТ НА СЛЕДУЮЩИХ УРОВНЯХ

## Вегетативный

**Изменение работы внутренних органов**  
(изменение ритма сердца, тонуса сосудов, секреции слюнных и сальных желез)

## Двигательный

**Внешние проявления изменения работы внутренних органов и мышц**  
(изменение мимики, позы, дыхания, выразительность движений, расширение зрачков, дрожь, ускорение движений...)

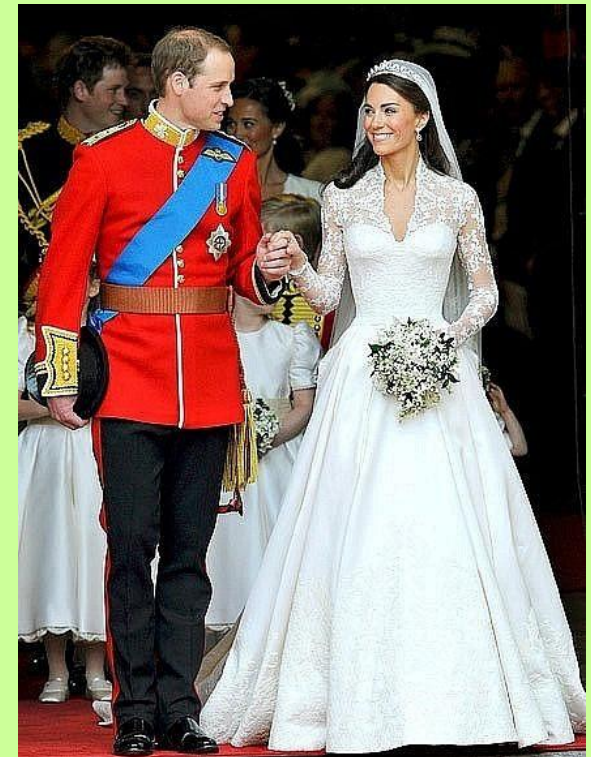
## Субъективный

**Субъективные переживания, чувства, настроение, мысли, ощущение, образы**

# ФОРМЫ ВЫРАЖЕНИЯ ЧУВСТВ

Врожденность некоторых форм проявления чувств  
(поднятие бровей при удивлении)

Формы выражения чувств социально обусловлены (в каждом обществе есть формы выражения чувств, отвечающие представлениям о приличии. Форма и употребление выразительных средств – объект социального контроля )



# Качества (характеристики) ЭМОЦИЙ / ЧУВСТВ

Личностный характер (пища для сытого и голодного человека)

Полярность чувств (удовольствие – неудовольствие; любовь – ненависть; радость - горе)

Глубина

Интенсивность

Устойчивость

Продолжительность

Разная степень осознанности

Чувства положительного порядка (доставляющие удовольствие) и  
чувства отрицательного порядка (доставляющие неудовольствие)

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕОРИИ ЧУВСТВ

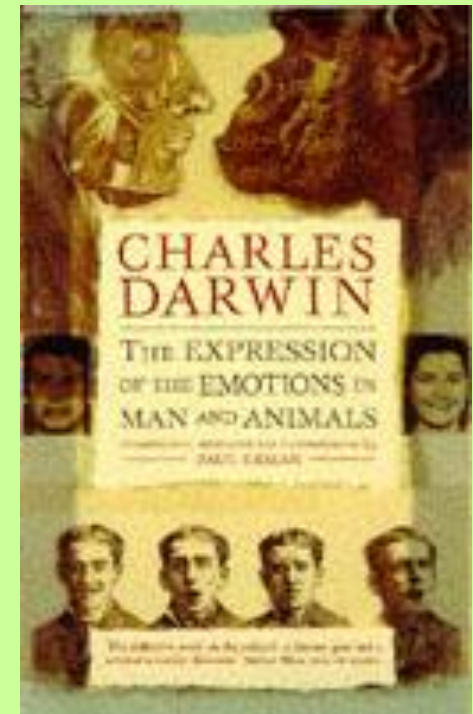
## Рассмотрение эмоций в теории Ч.Дарвина

Дарвин показал, что эмоций человека имеют биологическую природу, а выражение эмоций представляет собой сохранившиеся остатки действий, связанных с нападением и защитой.

## Периферическая теория эмоций Джеймса-Ланге.

«Чувствуем печаль потому что плачем, боимся потому что дрожим».

Более поздние работы показали, что висцеральные и поведенческие компоненты эмоций вторичны по отношению к мозговым реакциям





# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕОРИИ ЧУВСТВ

## **Теория когнитивного диссонанса Л.Фестингера.**

Возникающие эмоциональные состояния рассматриваются как основная причина соответствующих действий и поступков.

## **Теория дифференциальных эмоций К.Изарда.**

К. Изард определяет эмоции как сложный процесс, включающий нейрофизиологические, нервно-мышечные и чувственно-переживательные аспекты, вследствие чего он рассматривает эмоцию как систему. Некоторые эмоции, вследствие лежащих в их основе врожденных механизмов, организованы иерархически.



# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ТЕОРИИ ЧУВСТВ

## **Биологическая теория эмоций П.К. Анохина.**

Эмоции – способ быстрой обобщенной оценки текущей ситуации организмом. Эмоция сама по себе является сильным подкрепляющим фактором и тем самым существенно ускоряет обучение: и человек, и животное стремятся повторять те действия которые ведут к положительным эмоциям, и избегать тех, которые ведут к отрицательным эмоциям.

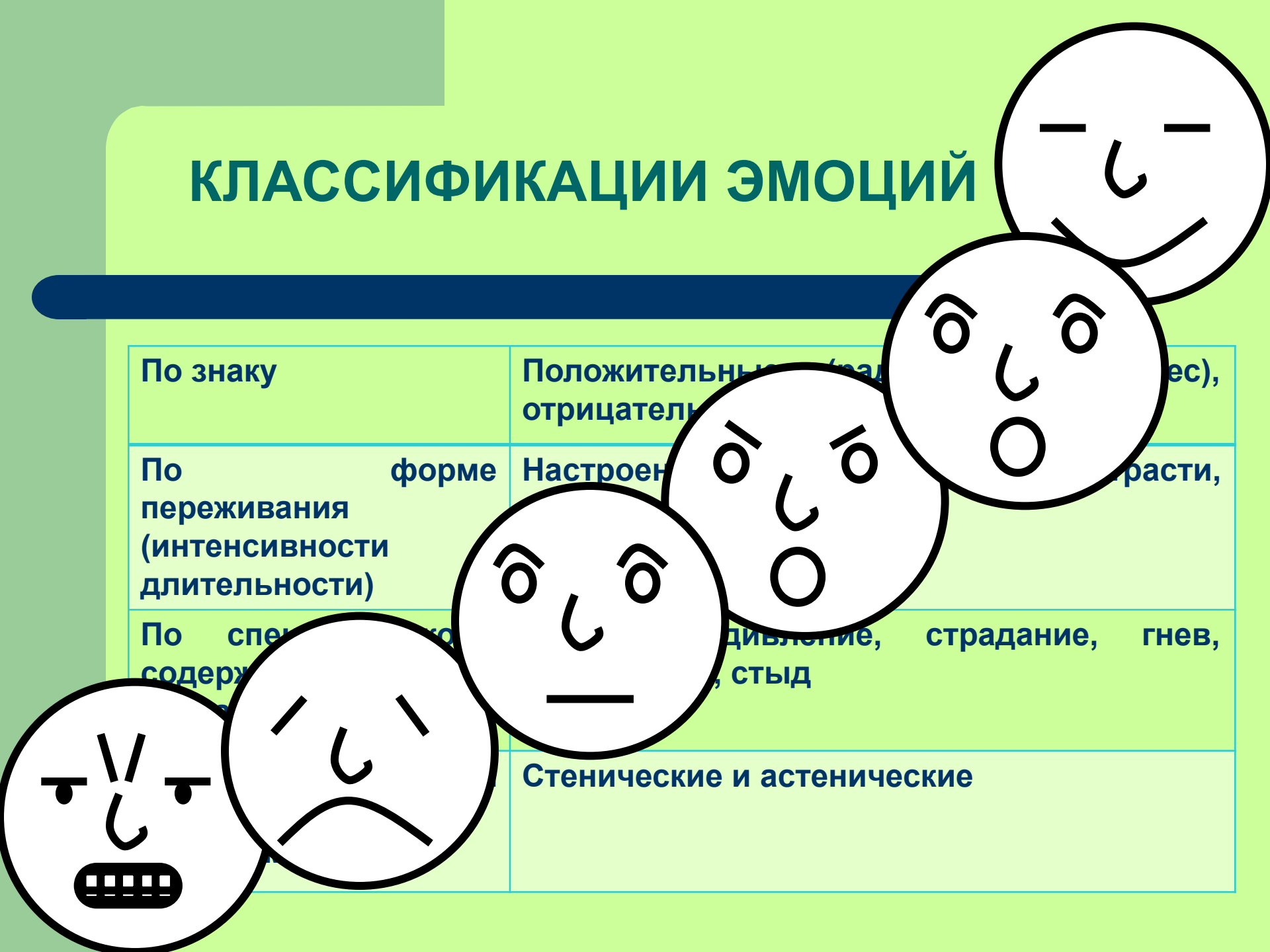
## **Информационно-потребностная теория эмоций П.В. Симонова**

(связь эмоций и потребностей человека).

основная формула:  $\mathcal{E} = \text{П} * (\text{Ис} - \text{Ин})$

$\mathcal{E}$  – эмоция, её степень и знак,  $\text{П}$  – сила потребности,  $\text{Ин}$  – информация о необходимых для удовлетворения потребности средствах,  $\text{Ис}$  – информация о средствах, существующих и индивида.

# КЛАССИФИКАЦИИ ЭМОЦИЙ



По знаку	Положительные (радость, любовь), отрицательные (горе, страх)
По форме	Настроенные (спокойствие, радость), неустойчивые (страх, гнев), контрастные (удивление, отвращение)
По переживанию (интенсивности, длительности)	Эпизодические (удивление, отвращение), длительные (грусть, печаль)
По специфике содержания	Удивление, страх, страдание, гнев, отвращение, стыд
	Стенические и астенические

# ХАРАКТЕРИСТИКА ОТДЕЛЬНЫХ ФОРМ ПЕРЕЖИВАНИЯ ЧУВСТВ

## Эмоции

Непосредственные реакции на объект, связанные с оценкой этого объекта, времен переживание какого-либо более постоянного чувства

## Аффект

- Очень бурное внешнее проявление эмоций
- Короткое явление (секунды, минуты)
- Отсутствие сознательного волевого контроля за своим поведением
- Частичная или полная потеря контакта с реальностью
- Генерализованный характер эмоционального переживания, которое охватывает всего человека



# ХАРАКТЕРИСТИКА ОТДЕЛЬНЫХ ФОРМ ПЕРЕЖИВАНИЯ ЧУВСТВ

## Настроение

- Значительная длительность
- Низкая интенсивность
- Неясность происхождения
- Диффузный характер, окрашивающий определенный тон все стороны психической деятельности человека

**Страсть** – сильное, стойкое, всеохватывающее направление мыслей и поступков человека

- По интенсивности эмоционального возбуждения
- По длительности и устойчивости напоминает на
- Страсть всегда предметна и избирательна
- Связь страсти и волевой сферой.



# ХАРАКТЕРИСТИКА ОТДЕЛЬНЫХ ФОРМ ПЕРЕЖИВАНИЯ ЧУВСТВ

## **Высшие человеческие чувства**

Сложные устойчивые эмоциональные состояния, носящие социальный характер.

Выделяют:

***Нравственные (моральные) чувства*** (патриотизм, гуманность, сочувствие, любовь, дружба, жадность, жестокость, злорадство)

***Интеллектуальные чувства*** (чувство удивления, сомнения, критичности, любознательности)

***Эстетические чувства*** (переживание прекрасного в искусстве, природе...)

***Чувства в отношении самого себя*** (обида, самоуважение...)

# УРОВНИ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ СФЕРЫ

**Органической  
эмоциональной  
чувствительности**

Элементарные физические чувствования – удовольствия, неудовольствия, связанные с органическими потребностями

**Предметные  
чувства  
(интеллектуальные  
эстетические,  
моральные)**

Соответствуют предметному восприятию и предметному действию. Осознанное переживание отношения к миру

**Обобщенные  
чувства**

Чувство юмора, иронии, возвышенного, трагического. Выражают мировоззренческие установки личности

# ВОЛЯ



*нательной саморегуляции,*

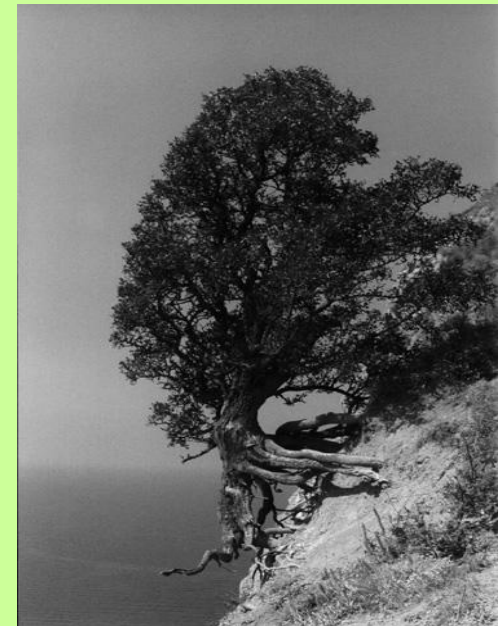
**Активизирующей** (побудительной или стимулирующей) функции (совершение необходимых действий)

**Тормозящей функции** (способность воздержаться от определенных нежелательных действий)



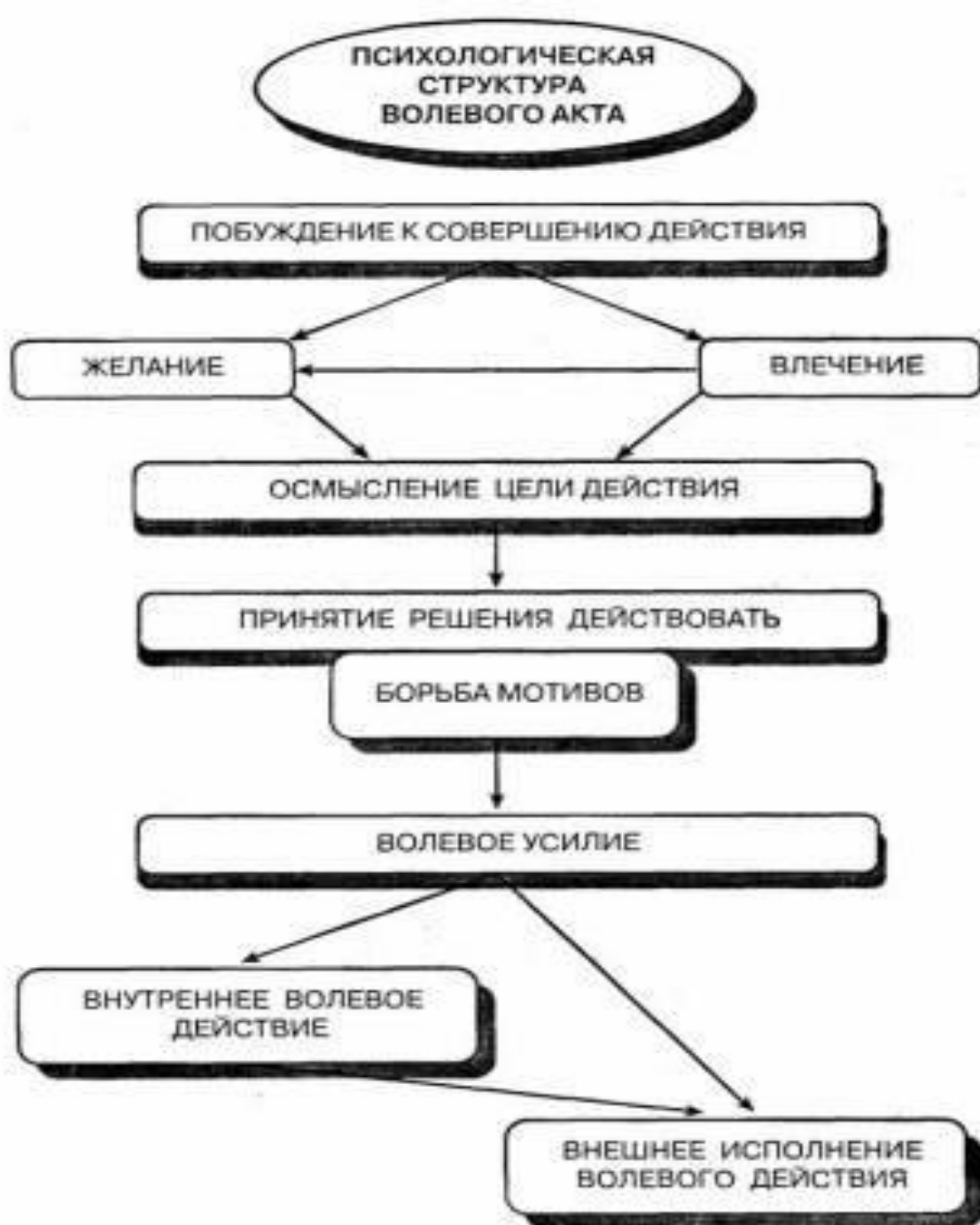
# ФУНКЦИИ ВОЛИ

1. **Выбор главных мотивов и целей.**
2. **Регуляция побуждения к действию при недостаточной или избыточной мотивации.**
3. **Организация психических процессов в адекватную систему действий, осуществляемых человеком.**
4. **Мобилизация физиологических и психических возможностей при преодолении препятствий в достижении поставленных целей.**



# ТЕОРИИ ВОЛИ





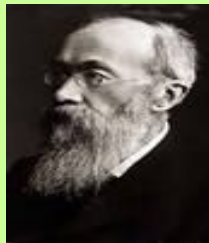
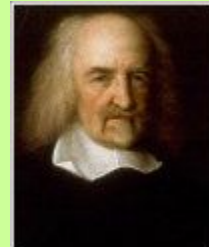
# ВОЛЯ КАК ПРОИЗВОЛЬНАЯ МОТИВАЦИЯ

Т. Гоббс: воля детерминирована мотивами и побуждениями, которые, в свою очередь, сами определяются потребностями, а также знаниями о вещах и о возможных способах, с помощью которых можно удовлетворить эти потребности.

Д. Пристли: *стремления человека определяются мотивами, поэтому у воли всегда есть причина.*

В. Вундт полагал, что психическая причинность получает высшее выражение в волевом акте.

И.М. Сеченов: 1) выделял моральный компонент воли;  
2) подчеркивал, что просто так человек не станет проявлять силу воли, для этого нужна веская причина, мотив.



# ВОЛЯ КАК ПРОИЗВОЛЬНАЯ МОТИВАЦИЯ

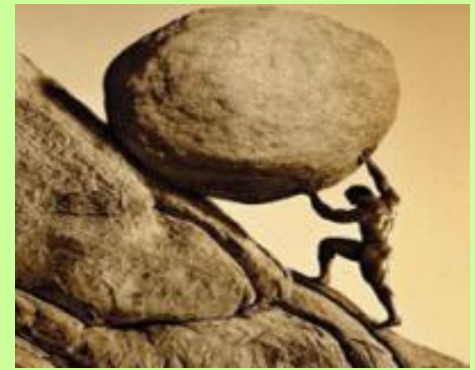
Л.С. Выготский выделяет в волевом действии два отдельных процесса: первый соответствует решению, замыканию новой мозговой связи, созданию особого функционального аппарата; второй - исполнительный - заключается в работе созданного аппарата, в действии по инструкции, в выполнении решения.

Понимание мотивационного процесса как волевого можно найти у С. Л. Рубинштейна. Вся первая часть его главы о воле - "Природа воли" - есть не что иное, как изложение различных аспектов учения о мотивации.

Д. Н. Узнадзе: механизмы воли таковы, что источником деятельности или поведения является не импульс актуальной потребности, а нечто совершенно иное, иногда даже противоречащее потребности. Побуждение к любому действию грузинский ученый связывает с наличием установки на действие (намерение).



# ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ



это сложившиеся в процессе получения жизненного опыта свойства личности, связанные с реализацией воли и преодолением препятствий на жизненном пути

- Целеустремленность
- Самостоятельность
- Решительность
- Импульсивность
- Энергичность
- Настойчивость
- Организованность



ЦЕЛЬ -ВИЖУ, О  
В СЕБЯ ВЕРЮ....

нированность  
роль  
и  
вность  
а  
нтроля» (Д.

# ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ

## Сила воли

Качество, характеризующее, какие препятствия преодолены и какие результаты достигнуты; от каких искушений и соблазнов отказался человек.



## Целеустремленность

Сознательная и активная направленность личности на определенный результат. Целеустремленный человек имеет ясные цели и не разменивается по мелочам.

# ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ

## Инициативность

Начальный этап волевого действия.  
Способность что-либо предпринять без  
внешней стимуляции.



## Самостоятельность

Умение не поддаваться влиянию  
различных факторов, критически  
оценивать советы и  
предложения других,  
действовать на основе своих  
взглядов и убеждений



# ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ

## Выдержка

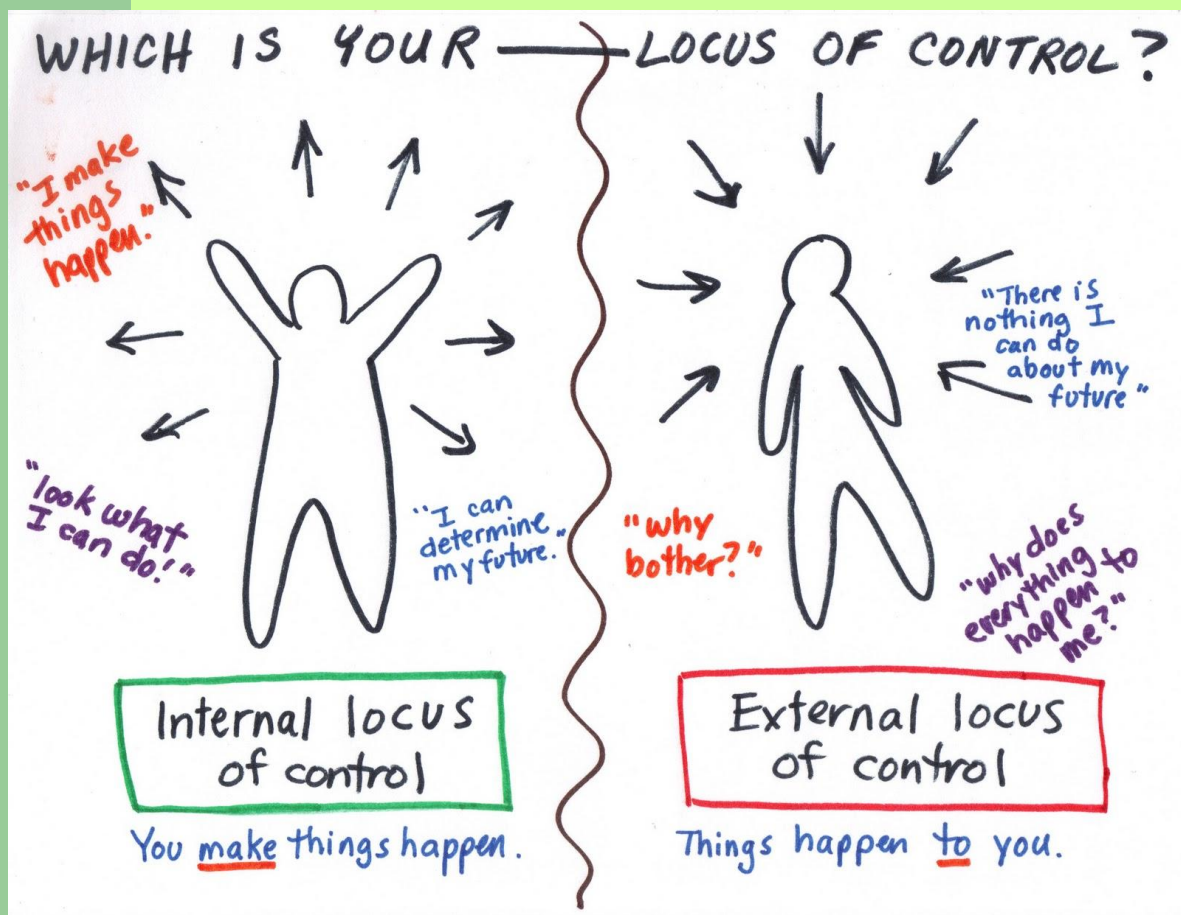
Умение затормозить действия, мысли, чувства неадекватные ситуации, мешающие выполнению принятого решения.



## Решительность

Умение принимать и претворять в жизнь быстрые, обоснованные и твердые решения.

# ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ



## «Локус контроля»

Качество, характеризующее определенную склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности..

## Настойчивость

Умение постоянно и длительно преследовать цель

# ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА ЛИЧНОСТИ. ХАРАКТЕРИСТИКИ

Этапы волевого действия Волевые качества личности	Выбор цели формирования модели желаемого результата	Борьба мотивов	Принятие решения. Программирование действия	Исполнение действия	Оценка результата
Сильная воля: целеустремленность, ситуативная адаптивность, решительность, настойчивость в целедостижении, критичность	Ясное осознание необходимости и возможности достижения планируемого результата	Обоснованное сопоставление возможных вариантов, нравственное предпочтение одного из них, личностная санкция предпочтительного варианта поведения	Окончательный выбор варианта поведения, формирование поведенческой программы с учетом всех существенных обстоятельств	Устойчивость исполнительских действий, их системная целедостигающая организация, преодоление психических и физических трудностей	Критическая оценка достигнутого результата, его соотношение с мотивом совершенного поведенческого акта
Слабоволие	Слабое целеполагание, уход от возможных трудностей	Неспособность к всесторонней и обоснованной оценке вариантов	Необоснованный выбор поведенческого варианта без стремления к его выполнению	Неустойчивость исполнительских действий, быстрое истощение	Удовлетворенность любым достигнутым результатом, нежелание к его усовершенствованию
Повышение внушаемости	Принимается внешне заданная цель без критического ее анализа	Отсутствует	Дается извне	Возможны модификации от интенсивных до слабых	Пониженная критичность
Упрямство	Объективно не обоснованное	Отсутствует	Быстрое и необоснованное		Отсутствует

# Психические состояния

П.С. – это целостная характеристика психической деятельности за определенный период времени, показывающая своеобразие протекания психических процессов, в зависимости от отражаемых предметов и явлений действительности, предшествующего состояния и психических свойств личности (Н.Д.Левитов)

## Детерминанты психических состояний:

- потребности
- возможности
- условия
- субъект



действия и их

## Функции:

- регуляция
- адаптация
- интеграция

ний:



# Уровни проявления психических состояний

Уровень проявления состояния	Параметры	Формы проявления
Физиологический	Гормональный Сердечно-сосудистый	Изменение секреции адреналина, тироксина, глюкокортикоидов, половых гормонов и пр. Изменение частоты сердечных сокращений, тонуса сосудов, артериального давления
Моторной сферы	Мышечный тонус	Изменение напряжения мышц, тремора, ритма и глубины дыхания
	Мимика и жесты	Изменение мимики (мимических мышц); пантомимики (поза и движения корпуса); жестов.
	Голосовые характеристики	Громкость голоса, его высота, тембр и темп речи
Эмоциональный	Интенсивность, длительность и модальность	Характер эмоциональных переживаний (положительный или отрицательный), интенсивность эмоций, длительность протекания аффективных процессов.
Когнитивный	Выраженность когнитивных процессов и их роль в контроле поведения	Логичность мышления, осознанность состояния, точность прогноза развития событий, возможность управления состоянием организма
Поведенческий	Трудовые действия и операции	Точность выполнения действий, их экономичность, правильность.
	Действия по выполнению собственных актуальных потребностей	Адекватность действий, соответствие актуальным потребностям, избыточность и пр.
Социальный	Коммуникативный	Характер общения с другими людьми: способность слышать другого человека, воздействовать на него, находить общие точки взаимодействия.
	Социально-адаптационный	Способность ставить адекватные цели и достигать их.

# ВИДЫ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ



# ПРИНЦИПЫ КЛАССИФИКАЦИИ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ

№	Принцип разделения	Крайние и переходные формы		
		0.1 Ситуативно обусловленные (реакция на брань)	0.2 Личностно обусловленные (эмоциональная вспышка холерика)	
1	По степени выраженности	1.1 Поверхностные (настроение)	1.2 Глубокие (страсть)	
2	По эмоциональному знаку воздействия	2.1 Положительные (вдохновение)	2.2 Нейтральные (равнодушие)	2.3 Отрицательные (апатия)
3	По длительности	3.1 Кратковременные: секунды - минуты (аффект)	3.2 Средней длительности: минуты - часы (страх)	3.3 Продолжительные: часы и даже дни (монотония, скука, депрессия)
4	По степени осознанности	4.1 Неосознанные (транс, сон)		4.2 Сознательные (решительность)
5	По преобладанию рассудочного или эмоционального компонента	5.1 Эмоциональные (страх)	5.2 Комбинированные (мобилизация)	5.3 Интеллектуальные (сосредоточенность)
6	По степени активации организма	6.1 Астенические (усталость)		6.2 Стенические (ярость)
7	По главному уровню системного проявления	7.1 Физиологические (голод)	7.2 Психофизиологические (страх)	7.3 Психологические (воодушевление)